

山手コミュニティセンターだより

2026年（令和8年）4月号

福山市山手町6丁目3-20

☎ 084-951-5679

5月から、山手コミュニティセンターの講座がスタートします！どなたでも参加できます♪

こどもサロン

5月19日(火) 10:00~

《ベビーマッサージ》

講師：清水 佑理子さん

（親子コミュニケーション講師）

対象：おおむね2ヶ月以上

持参物：バスタオル、水分補給できる飲み物

定員：10組

※要予約



健康ひろば

5月22日(金) 10:00~

《お家で簡単にできるストレッチ》

思いついたら家でひとりでもできる体操です。
動きやすい服装で、水分補給のための飲み物・
タオルを持って参加ください。



健康サロン

5月12日(火) 10:00~

《グラウンドゴルフ》

動きやすい服装で、水分補給のための飲み物・タオルを持って参加ください。



4月より、萩原早苗さんが山手コミュニティセンターの主事として勤務することになりました。
よろしくお願ひします！

※各講座の問合せは山手コミュニティセンターまでお願ひします。

— 助け合い 人と人を つなぐ糸 —